
JURNAL

**PENGEMBANGAN MEDIA PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK
MENGUNAKAN MEDIA SPON DAN JERAMI PADA SISWA KELAS V SD NEGERI
KARANGREJO 1 KECAMATAN BOYOLANGU KABUPATEN TULUNGAGUNG
TAHUN AJARAN 2016/2017**

*DEVELOPMENT OF LEARNING MEDIA LEARNING LONG JONGKOK STYLES USING
SPON AND JAMES SPA IN STUDENT CLASS V SD NEGERI KARANGREJO 1
SUBSCRIPTION BOYOLANGU TULUNGAGUNG REGENCY
TEACHING DATE 2016/2017*



Oleh:
DANANG SETIAWAN
NPM. 13.1.01.09.0400

Dibimbing Oleh:

1. **Drs. Slamet Junaidi, M.Pd.**
2. **Moh. Nurkholis, M.Or.**

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
UN PGRI KEDIRI
2018

SURAT PERNYATAAN
ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2017

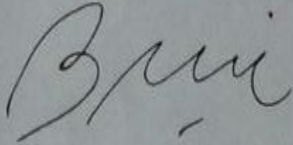
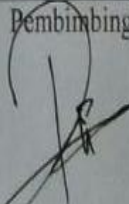

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : DANANG SETIAWAN
NPM : 13.1.01.09.0400
Telepon/HP : 082228584002
Alamat Surel (Email) : Danangsetiawan150293@gmail.com
Judul Artikel : PENGEMBANGAN MEDIA PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK MENGGUNAKAN MEDIA SPON DAN JERAMI PADA SISWA KELAS V SD NEGERI KARANGREJO 1 KECAMATAN BOYOLANGU KABUPATEN TULUNGAGUNG TAHUN AJARAN 2016/2017.
Fakultas – Program Studi : FKIP – PENJASKESREK
Nama Perguruan Tinggi : Universitas Nusantara PGRI Kediri
Alamat Perguruan Tinggi : Jln. Kh. Ahmad Dahlan No.76, Kediri.

Dengan ini menyatakan bahwa:

- artikel yang saya tulis merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis) dan bebas plagiarisme;
- artikel ini telah diteliti untuk diterbitkan dan disetujui untuk diterbitkan oleh Dosen Pembimbing I dan II.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggungjawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui		Kediri, Januari 2018
Pembimbing I,  Budiman Agung Pratama, M.Pd. NIDN. 0706078801	Pembimbing II,  Rizki Burstiando, M.Pd. NIDN.07011029002	Penulis,  Danang Setiawan NPM. 13.1.01.09.0400

**PENGEMBANGAN MEDIA PEMBELAJARAN LOMPAT JAUH GAYA JONGKOK
MENGUNAKAN MEDIA SPON DAN JERAMI PADA SISWA KELAS V SD NEGERI
KARANGREJO 1 KECAMATAN BOYOLANGU KABUPATEN TULUNGAGUNG
TAHUN AJARAN 2016/2017**

DANANG SETIAWAN

NPM.13.1.01.10.0400

FKIP – PGSD

email: Danangsetiawan150293@gmail.com

Drs. Slamet Junaidi, M.Pd.¹ dan Moh. Nurkholis, M.Or.²

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk: 1) mengetahui pengembangan media pembelajaran lompat jauh menggunakan spon dapat digunakan sebagai media pembelajaran pada siswa kelas V SD Negeri Karangrejo 1 Kecamatan Boyolangu Kabupaten Tulungagung Tahun Ajaran 2017/2018. 2) mengetahui pengembangan media pembelajaran lompat jauh menggunakan jerami dapat digunakan sebagai media pembelajaran pada siswa kelas V SD Negeri Karangrejo 1 Kecamatan Boyolangu Kabupaten Tulungagung Tahun Ajaran 2017/2018. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah metode one-shot-model, dengan menggunakan teknik statistik deskriptif. Subyek penelitian ini adalah siswa kelas V Sekolah Dasar (SD), subyek uji coba kelompok kecil berjumlah 10 siswa yang dipilih secara acak, sedangkan subjek untuk uji coba lapangan adalah siswa kelas V yang berjumlah 21 siswa. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa: 1) Pengembangan media pembelajaran lompat jauh menggunakan spon dapat digunakan sebagai media pembelajaran pada siswa kelas V SD Negeri Karangrejo 1 Kecamatan Boyolangu Kabupaten Tulungagung Tahun Ajaran 2017/2018. Hal ini dapat dilihat dari hasil tes lompat jauh gaya jongkok mendapat nilai rata-rata sebesar 2,31. 2) Pengembangan media pembelajaran lompat jauh menggunakan jerami dapat digunakan sebagai media pembelajaran pada siswa kelas V SD Negeri Karangrejo 1 Kecamatan Boyolangu Kabupaten Tulungagung Tahun Ajaran 2017/2018. Hal ini dapat dilihat dari hasil tes lompat jauh gaya jongkok mendapat nilai rata-rata sebesar 1,97. Dengan demikian media spon sangat efektif dalam pengembangan media pembelajaran lompat jauh pada siswa kelas V SD Negeri Karangrejo 1 Kecamatan Boyolangu Kabupaten Tulungagung Tahun Ajaran 2017/2018.

Kata kunci: lompat jauh gaya jongkok, media spon dan jerami.

I. LATAR BELAKANG

Salah satu tujuan pelaksanaan pendidikan jasmani, Olahraga dan Kesehatan di sekolah dasar adalah meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar siswa. Gerak dasar jalan, lari dan lompat merupakan gerak dasar lokomotor yang perlu dikembangkan di sekolah dasar (SD) di samping gerak dasar lainnya. Gerak dasar lokomotor merupakan salah satu domain dari gerak dasar fundamental (*fundamental basic movement*), disamping gerak dasar non-lokomotor dan gerak dasar manipulatif, gerak dasar lokomotor yang merupakan pokok bahasan yang diajarkan di SD (Yulingga, 2017). Untuk mengetahui besarnya peningkatan intrinsik motivation dan ekstrinsik motivation pada siswa yang mengikuti pembelajaran permainan lompat jauh dengan menggunakan *sport education* model. (Burstiando, 2017).

Lompat jauh merupakan keterampilan melompat sejauh-jauhnya dengan memindahkan seluruh tubuh dari titik tertentu ke titik lainnya. Lompat jauh adalah hasil dari kecepatan horisontal yang dibuat dari ancang-ancang dengan gerak vertikal yang dihasilkan dari kaki tumpu, formulasi dari kedua aspek tadi menghasilkan suatu gaya gerak parabola dari titik pusat gravitasi, (Djumidar, 2012: 40).

Menurut Aip Syarifudin (2012: 73) teknik dasar dalam lompat jauh yaitu: (1) Awalan atau ancang-ancang, (2) Tumpuan/tolakan, (3) Melayang di udara, dan (4) Sikap Mendarat.

Menurut Carr (2013: 136-137) langkah pengajaran dalam lompat jauh dengan 3 langkah yaitu: Langkah pengan-tar, Langkah lompat jauh dan *run-up* tahap dasar saat *take off*, Langkah-langkah teknik mendarat.

Berdasarkan pengamatan sementara dan informasi yang peneliti dapatkan dari guru bidang studi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di SD Negeri Karangrejo 1 Kecamatan Boyolangu Kabupaten Tulungagung Tahun Ajaran 2017 /2018, bahwa permasalahan yang timbul dalam mencapai tujuan pendidikan jasmani adalah masih ditemukannya sarana dan prasarana olahraga yang tidak lengkap terutama tidak adanya bak pasir lompat jauh, selain itu masih rendahnya tingkat pengetahuan siswa tentang teknik-teknik lompat jauh.

Selain itu di SD Negeri Karangrejo 1 dengan luas 2.050 m² jumlah 6 ruang kelas, 1 ruang aula, 1 ruang perpustakaan, 1 ruang dapur dan kantin, 1 ruang kantor guru, ukuran 4 x 6 ruang parkir. Untuk halaman dibuat lapangan bola voly dan lapangan sepak takraw. Fasilitas sekolah yang minim akan membuat guru berpikir yang mendalam bagaimana proses pem-

belajaran akan tetap berlangsung. Disinilah guru belajar untuk memodifikasi alat yang sebenarnya menjadi alat sederhana dan mudah dalam pelaksanaan pembelajaran.

Metode belajar harus memungkinkan siswa untuk lebih termotivasi dalam belajar (Udin S. Winata Putra dkk. 2012: 44). Dalam Penelitian Tindakan Kelas (PTK) penulis menggunakan metode spon dan jerami sebagai alat modifikasi dalam lompat jauh yang merupakan contoh pemanfaatan lingkungan sekitar sekolah, di SD Negeri Karangrejo 1 mayoritas masyarakat adalah bertani (berkebun dan sawah).

Di SD Negeri Karangrejo 1 sangatlah mudah untuk menemukan jerami. Hampir setiap tiga bulan sekali petani sekitar memanen padi. Sehabis memanen padi jerami dibiarkan saja untuk membusuk agar bisa untuk menyuburkan sawah, akan tetapi sebenarnya banyak gunanya jerami itu, misalnya dikeringkan bisa menjadi atap rumah sawah. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan spon dan jerami untuk lompat jauh karena mudah didapat, siswa tidak asing lagi dengan jerami, tidak perlu membeli hanya memanfaatkan sisa hasil panen yang tidak digunakan.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk mengangkat permasalahan berkenaan dengan penguasaan

keterampilan lompat jauh dengan menggunakan media spon dan jerami, di SD Negeri Karangrejo 1 Kecamatan Boyolangu Kabupaten Tulungagung dengan judul “Pengembangan Media Pembelajaran Lompat Jauh Gaya Jongkok Menggunakan Media Spon Dan Jerami Pada Siswa Kelas V SD Karangrejo 1 Kecamatan Boyolangu Kabupaten Tulungagung Tahun Ajaran 2017/2018”.

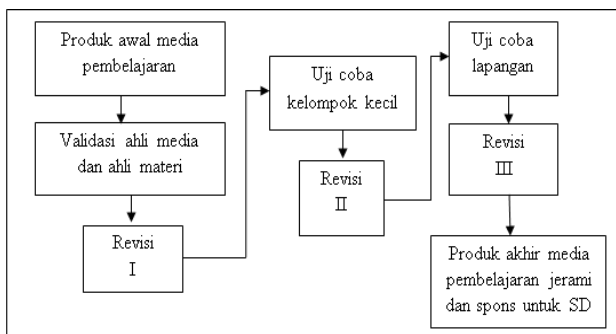
II. METODE

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan “Penelitian dan Pengembangan” (*Research and Development*). Menurut Sugiyono (2011: 297) Penelitian Pengembangan atau dalam bahasa Inggrisnya *Research and Development* adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu, dan menguji keefektifan produk tersebut.

Model penelitian pengembangan metode *research and development* (R & D) versi Borg and Gall (2012: 590) ada sepuluh kegiatan/tahapan, yaitu: Studi pendahuluan (penelitian dan pengumpulan data), perencanaan penelitian, pengembangan produk awal, uji coba lapangan awal (terbatas), revisi hasil uji lapangan terbatas, uji lapangan lebih luas, revisi hasil uji lapangan, uji kelayakan, revisi hasil uji kelayakan, diseminasi dan sosialisasi produk akhir.

Penelitian ini menggunakan pendekatan *one-shot-model* yaitu pendekatan yang menggunakan satu kali pengumpulan data.

Penelitian dilaksanakan di SD Negeri Karangrejo 1 Kecamatan Boyolangu Kabupaten Tulungagung sedangkan yang menjadi subyek adalah siswa kelas V SD Negeri Karangrejo 1 Kecamatan Boyolangu Kabupaten Tulungagung sebanyak 21 siswa.



Gambar 3.1 Bagan Tahap Pengembangan Media Pembelajaran Adopsi dari Borg dan Gall (2012: 590).

III. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Spesifikasi Model

a. Media Spon

Dalam lompat jauh gaya jongkok sangat tepat menggunakan media spon. Hal ini dikarenakan media spon yang terbuat dari busa dan mudah didapatkan, selain itu dengan menggunakan media spon siswa tidak takut dalam mendarat karena spon bersifat lunak sebagai

pengganti bak pasir.

b. Media Jerami

Media jerami yang sulit untuk didapat membuat kurang efektif dalam pembelajaran lompat jauh, selain itu media jerami hampir sama dengan bak pasir yaitu siswa ragu-ragu dalam melakukan pendaratan di jerami karena sifatnya yang keras.

2. Keunggulan dan Kelemahan Media

a. Media Spon

1) Keunggulan

- Media spon lebih mudah di dapat.
- Dalam pembelajaran lompat jauh dengan menggunakan media spon siswa tidak takut dalam mendarat karena spon bersifat lunak sebagai pengganti bak pasir.
- Dengan menggunakan media spon hasil belajar siswa meningkat.

2) Kelemahan

- Harga spon yang relatif mahal karena sesuai dengan kualitas produknya.
- Kurang praktis, karena media harus memenuhi standar.
- Harus lebih teliti ketika membeli karena banyaknya produk tiruan.

Hal ini dapat dilihat dari hasil

perolehan ranah psikomotor yaitu sebesar 2,31%. Dengan demikian pembelajaran lompat jauh gaya jongkok menggunakan media spon lebih efektif.

b. Media Jerami

1) Keunggulan

- a) Harga yang lebih murah bila dibandingkan dengan media spon.
- b) Mudah membuatnya.
- c) Praktis digunakan.

2) Kelemahan

- a) Media jerami sulit untuk didapat.
- b) Media jerami hampir sama dengan bak pasir yaitu sifatnya yang keras dan membuat siswa ragu-ragu dalam melakukan pendaratan.
- c) Media jerami kurang efektif dalam pembelajaran lompat jauh.

Hal ini dapat dilihat dari hasil perolehan ranah psikomotor yaitu sebesar 1,97%. Dengan demikian pembelajaran lompat jauh gaya jongkok menggunakan media jerami kurang efektif.

pembelajaran pada siswa kelas V SD Negeri Karangrejo 1 Kecamatan Boyolangu Kabupaten Tulungagung Tahun Ajaran 2017/2018. Hal ini dapat dilihat dari hasil tes lompat jauh gaya jongkok mendapat nilai rata-rata sebesar 2,31. Dengan kategori nilai baik.

2. Pengembangan media pembelajaran lompat jauh gaya jongkok menggunakan jerami dapat digunakan sebagai media pembelajaran pada siswa kelas V SD Negeri Karangrejo 1 Kecamatan Boyolangu Kabupaten Tulungagung Tahun Ajaran 2017/2018. Hal ini dapat dilihat dari hasil tes lompat jauh gaya jongkok mendapat nilai rata-rata sebesar 1,97. Dengan kategori nilai baik.

Dengan demikian media spon sangat efektif dalam pengembangan media pembelajaran lompat jauh pada siswa kelas V SD Negeri Karangrejo 1 Kecamatan Boyolangu Kabupaten Tulungagung Tahun Ajaran 2017/2018.

IV. DAFTAR PUSTAKA

- Aip Syarifuddin. 2012. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan.
- Borg & Gall. 2012. *Education Research*. New York : Allyn and Bacon.
- Burstiando, Rizki. 2017. *Permainan Invasi dan Permainan Netting untuk Meningkatkan Keterampilan Gerak*

PEMBAHASAN

1. Pengembangan media pembelajaran lompat jauh gaya jongkok menggunakan spon dapat digunakan sebagai media



- Dasar Fundamental Siswa SD Negeri Se Kecamatan Mojoroto Kota Kediri. Journal Of Sportif, [S.l.], v. 3, n. 2, p. 167-177, nov. 2017.*
- Carr, Alan. 2013. *Positive Psychology: The Science of Happiness and Human Strengths. Hove & New York: Brunner – Routledge Taylor & Francis Group.*
- Djumidar. 2012. *Dasar-dasar Atletik. Universitas Terbuka.*
- Sugiyono. 2011. *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D.* Alfabeta.
- Yulingga Nanda Hanief. 2017. *Membentuk Gerak Dasar Pada Siswa Sekolah Dasar Melalui Permainan Tradisional.* Volume 1 No 1 November 2015.
- Winataputra, Udin S. 2012. *Strategi Belajar Mengajar.* Jakarta: Universitas Terbuka.